

# 今から備える ダブルケア(介護と子育て) と仕事の両立セミナー

～壁を乗り越え、  
自分のキャリアをあきらめない～

少子高齢化と出産年齢の高齢化を背景に、子育てと仕事の両立だけでなく、子育てと介護のダブルケアをしながら仕事も続ける人が増えています。長期的な視点でキャリアを考えることが重要です。自分のキャリアをあきらめず、どう不安や壁を解消していくか？両立可能な働き方に変えていくためのコツなどをご紹介し、今後のキャリアを考える上でヒントをつかむプログラムです。

Life Career  
Seminar



講師

桜田陽子氏

東京女子大学卒業生

株式会社ワーク・ライフバランス  
ワーク・ライフバランスコンサルタント  
一般財団法人 生涯学習開発財団 認定コーチ  
交流分析士1級

日時

2023年6月24日 土

13:30～16:00  
(13:10開場)

場所

東京女子大学 6号館 6205教室

対象

女性 (一般/学生) **定員** 30名

参加費

一般：1,000円 / 学生：無料

締切

2023年6月18日(日)

お申込方法

QRコード、またはメール



メールの場合は、  
①氏名 ②ふりがな ③電話番号  
④年代 ⑤職業(学生/社会人) ⑥講座  
を知ったきっかけ を明記の上、  
件名を「6/24講座申込」とし、  
[ec@gr.twcu.ac.jp](mailto:ec@gr.twcu.ac.jp)  
までお申し込みください。

問い合わせ先

東京女子大学エンパワーメント・センター

東京都杉並区善福寺2-6-1 ☎03-5382-6832(直)

email [ec@gr.twcu.ac.jp](mailto:ec@gr.twcu.ac.jp)

エンパワーメント・センターHP

<https://twcu-empowerment.jp/>

